



## FAMILIENVIVENCIA

Biodanza bietet einerseits die Möglichkeit, dem natürlichen Bewegungsdrang nachzugeben, andererseits gleicht es durch ruhige und harmonisierende Übungen die "Reizüberflutung" aus, der die Kinder (und auch wir Erwachsene) in der heutigen Zeit vielfach ausgesetzt sind.

Durch Biodanza wird die natürliche Spontaneität, Kreativität, Lebensfreude, Sensibilität, der empfindsame Umgang miteinander, sowie die Liebes- und Beziehungsfähigkeit spielerisch gefördert.

In der Familienvivencia tauchen Erwachsene und Kinder miteinander gleichberechtigt ins Meer der Möglichkeiten ein. Wir bewegen uns frei zur Musik und finden dadurch unseren persönlichen Ausdruck. Wir tanzen alleine, zu zweit und in der Gruppe, spielen mit unserer Fantasie und entdecken dabei uns selbst und die anderen.

Kinder und Erwachsene werden dadurch in der Entfaltung und im Wachstum ihrer Persönlichkeit und Einzigartigkeit auf besondere Weise unterstützt, bestärkt und begleitet.

Die einzige Voraussetzung für das Gelingen dieser Einheit ist die Freude an der Bewegung und die Bereitschaft, sich wieder einmal mit dem eigenen inneren Kind zu verbinden, und sich gemeinsam mit den Kindern unbeschwert auf das Abenteuer einzulassen.

### Alle sind herzlich eingeladen:

Groß und Klein, Alt und Jung, Mama, Papa, Oma, Opa, Tante, Onkel, Bruder, Schwester, Nachbarin, Nachbar, Freundin, Freund, ...

Alle, die wissen, dass es Biodanza für Kinder gibt und die es immer schon interessiert hat, was da passiert. Alle, die nicht immer nur vernünftig und erwachsen, sondern gleichzeitig verspielt mit dem eigenen inneren Kind in Verbindung sein wollen.

### Wann:

**Schnuppertermin: Samstag, 20.10.2018, 15:00 h – 16.30 h** (Pro Person 10,- / ab 3 Personen à 9,-)

Samstag, 24.11.2018, 15:00 h – ca.16:30 h

Samstag, 15.12.2018, 15:00 h – ca.16:30 h

Samstag, 12.01.2019, 15:00 h – ca.16:30 h

Samstag, 16.02.2019, 15:00 h – ca.16:30 h

Samstag, 23.03.2019, 15:00 h – ca.16:30 h

Samstag, 27.04.2019, 15:00 h – ca.16:30 h

(Bitte pünktlich kommen - Wenn wir zu tanzen beginnen, wird die Eingangstür abgeschlossen!)

### Wo:

1170 Wien, Kalvarienberggasse 28a, 1.Stock

### Kosten:

Familienpass (FP=übertragbar) für 2 Personen (für 6 Einheiten) 120,-, für 3 Personen 162,-

Für Familien mit mehr Kindern gibt es Sondervereinbarungen.

(Einstieg – aliquot - jederzeit möglich).

Gastkarte 12,-/pro Person und Einheit (wenn spontan auch einmal eine weitere Person mitkommt, oder nur einzelne Einheiten besucht werden können).

Der Betrag für den FP ist vollständig bei der 2. Einheit zu bezahlen.

Bei Storno wird die Hälfte des Betrages einbehalten, wenn keine Ersatzteilnehmer genannt werden.

### Bitte mitbringen:

Bequeme Kleidung, Hose und Leiberl (wir tanzen und spielen barfuß oder mit rutschfesten Socken, bzw. Gymnastikpatschen), eine Wasserflasche (Tipp: Für den Heimweg eventuell einen kleinen Imbiss, denn erfahrungsgemäß sind die Kinder nach Biodanza immer sehr hungrig 😊).

Ich freue mich wieder sehr auf Euch und auf´s gemeinsame Tanzen und Spielen!

### Kontakt und Anmeldung:

#### **Sabine Altmann**

Diplom. Kindergartenpädagogin

Diplom. Biodanza-Anleiterin f. Erwachsene und Kinder, Biodanza-Didakta und Supervisorin

Spiegelgesetz-Coach nach Methode Christa Kössner®

Integrale Tanz- und Ausdruckspädagogin®, Integraler Tanz- und Ausdruckscoach®,

Lebens-, Sterbe-, und Trauerbegleiterin für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Mutter von vier Kindern

[sabine.altmann@chello.at](mailto:sabine.altmann@chello.at), Mobil: 0699 123 88 463, [www.sabinealtmann.at](http://www.sabinealtmann.at)